



UES

Universidad Estatal de Sonora
La Fuerza del Saber Estimulará mi Espíritu

MANUAL DE PRÁCTICAS DE LABORATORIO

ESTRATEGIAS DIDACTICAS PARA LA ORIENTACION
ALIMENTARIA

Programa Académico
Plan de Estudios
Fecha de elaboración
Versión del Documento

Lic. en Nutrición Humana
2021
04/07/2025
01



Dra. Martha Patricia Patiño Fierro
Rectora

Mtra. Ana Lisette Valenzuela Molina
**Encargada del Despacho de la Secretaría
General Académica**

Mtro. José Antonio Romero Montaña
Secretario General Administrativo

Lic. Jorge Omar Herrera Gutiérrez
**Encargado de Despacho de Secretario
General de Planeación**

Tabla de contenido

INTRODUCCIÓN	4
IDENTIFICACIÓN	5
<i>Carga Horaria del alumno</i>	<i>5</i>
<i>Consignación del Documento</i>	<i>5</i>
MATRIZ DE CORRESPONDENCIA.....	5
NORMAS DE SEGURIDAD Y BUENAS PRÁCTICAS	8
<i>Reglamento general del laboratorio.....</i>	<i>8</i>
<i>Reglamento de uniforme</i>	<i>8</i>
<i>Uso adecuado del equipo y materiales.....</i>	<i>8</i>
<i>Manejo y disposición de residuos peligrosos</i>	<i>8</i>
<i>Procedimientos en caso de emergencia</i>	<i>8</i>
RELACIÓN DE PRÁCTICAS DE LABORATORIO POR ELEMENTO DE COMPETENCIA	9
PRÁCTICAS	3
FUENTES DE INFORMACIÓN.....	9
NORMAS TÉCNICAS APLICABLES	10
ANEXOS	¡Error! Marcador no definido.

INTRODUCCIÓN

Como parte de las herramientas esenciales para la formación académica de los estudiantes de la Universidad Estatal de Sonora, se definen manuales de práctica de laboratorio como elemento en el cual se define la estructura normativa de cada práctica y/o laboratorio, además de representar una guía para la aplicación práctica del conocimiento y el desarrollo de las competencias clave en su área de estudio. Su diseño se encuentra alineado con el modelo educativo institucional, el cual privilegia el aprendizaje basado en competencias, el aprendizaje activo y la conexión con escenarios reales.

Con el propósito de fortalecer la autonomía de los estudiantes, su pensamiento crítico y sus habilidades para la resolución de problemas, las prácticas de laboratorio integran estrategias didácticas como el aprendizaje basado en proyectos, el trabajo colaborativo, la experimentación guiada y el uso de tecnologías educativas. De esta manera, se promueve un proceso de enseñanza-aprendizaje dinámico, en el que los estudiantes no solo adquieren conocimientos teóricos, sino que también desarrollan habilidades prácticas y reflexivas para su desempeño profesional.

Señalar en este apartado brevemente los siguientes elementos según corresponda:

- Desarrollar estrategias didácticas mediante el trabajo en equipo e innovación con el fin de promover e instaurar hábitos y comportamientos saludables en los pacientes tomando como referencia información científica y vigente.
- El estudiante de la LNH debe ser capaz de desarrollar habilidades para elaborar estrategias y materiales didácticos que le sirvan de apoyo en la orientación alimentaria. Esta materia permite al alumno reconocer, diseñar, elaborar e implementar herramientas y materiales didácticos adecuados que le sirvan a la población a la que este orientando, para demostrar y reforzar el aprendizaje.
- Competencias a desarrollar
 - **Competencias blandas:** responsabilidad, comunicación, trabajo en equipo, uso de tecnologías, ética de nutriólogo.
 - **Competencias disciplinares:** Conocimientos sobre la habilidad y destreza para diseñar, elaborar e implementar estrategias y materiales didácticos para la orientación alimentaria.
 - **Competencias profesionales:** el alumno debe ser capaz de elaborar materiales y herramientas que le sirvan para apoyar, reforzar y evaluar la orientación alimentaria de transmitir sus conocimientos en la nutrición y lograr a su vez cambios de conducta en las personas a las que transmite su conocimiento.

IDENTIFICACIÓN

Nombre de la Asignatura		Estrategias Didácticas para la Orientación Alimentaria	
Clave	001CP008	Créditos	
Asignaturas Antecedentes	NINGUNA	Plan de Estudios	2021

Área de Competencia	Competencia del curso
Valorar el estado de nutrición individual o colectivo considerando, con madurez social, las características nutricional-alimentarias, económicas, sociales, culturales y demográficas, así como aspectos bioquímicos, estado fisiológico, actividad física, condición de salud, para contribuir a la prevención de enfermedades y al mantenimiento o mejora de la salud, con pensamiento estratégico e innovador y desempeñándose con un alto compromiso ético y profesional, en apego a las bases científicas y la normatividad vigente.	Desarrollar estrategias didácticas mediante el trabajo en equipo e innovación con el fin de promover e instaurar hábitos y comportamientos saludables en los pacientes tomando como referencia guías, normas y protocolos nacionales e internaciones vigentes.

Carga Horaria de la asignatura

Horas Supervisadas			Horas Independientes	Total de Horas
Aula	Laboratorio	Plataforma		
4	0	1	0	5

Consignación del Documento

Unidad Académica	Unidad Académica Hermosillo
Fecha de elaboración	04/07/2025
Responsables del diseño	Paulina Alejandra Dávila Uruchurtu
Validación	
Recepción	Coordinación de Procesos Educativos

MATRIZ DE CORRESPONDENCIA

Señalar la relación de cada práctica con las competencias del perfil de egreso

PRÁCTICA	PERFIL DE EGRESO
Comunicación efectiva, diseño de mensaje, elementos de la comunicación. Diseño e instrucccionamiento para la modificación de conductas. Diseñar materiales e intervenciones efectivas en materia de orientación alimentaria que garanticen el aprendizaje significativo en los pacientes, basados en modelos educativos sólidos.	Evaluar el estado de nutrición que permita emitir un diagnóstico nutricional-alimentario a nivel individual y comunitario, así como diseñar planes de alimentación y programas de intervención nutricional para brindar atención nutricional en diferentes etapas de la vida, estado fisiológico y condiciones de salud, tomando en cuenta la actividad física, disciplina deportiva realizada y estilos de vida. Diseñar programas de orientación alimentaria a individuos y población considerando aspectos individuales, socioculturales, económicos, disponibilidad de alimentos y otras características específicas de la región o comunidad, a fin de promover hábitos adecuados de alimentación que contribuyan a prevenir y tratar problemas de salud pública. Administrar las actividades inherentes a los servicios de alimentación en instituciones públicas o privadas, a fin de ofrecer a los comensales una alimentación y dieta correctas acorde sus necesidades y recursos, así como mantener o mejorar las cualidades nutricias, organolépticas y de inocuidad y calidad de los alimentos al incorporarse en los procesos de producción, transformación, desarrollo y comercialización de estos en la industria alimentaria. Desarrollar proyectos de investigación científica aplicados al análisis y la resolución de problemas de salud pública relacionados con la alimentación y la nutrición, basándose en la evidencia científica y el conocimiento teórico, epidemiológico y socioeconómico más recientes, actuando siempre con alto compromiso social y ética en su desempeño

	profesional.
--	--------------

NORMAS DE SEGURIDAD Y BUENAS PRÁCTICAS

Reglamento general del laboratorio

No aplica en esta materia

Reglamento de uniforme

Uniforme de la licenciatura en nutrición humana.

Uso adecuado del equipo y materiales

No aplica en esta materia

Manejo y disposición de residuos peligrosos

No aplica en esta materia

Procedimientos en caso de emergencia

No aplica en esta materia

RELACIÓN DE PRÁCTICAS DE LABORATORIO POR ELEMENTO DE COMPETENCIA

Elemento de Competencia al que pertenece la práctica	I
---	----------

PRÁCTICA	NOMBRE	COMPETENCIA
Práctica No. 1	Comunicación efectiva	Seleccionar estrategias didácticas que permitan la comunicación efectiva para la orientación alimentaria.

Elemento de Competencia al que pertenece la práctica	II
---	-----------

PRÁCTICA	NOMBRE	COMPETENCIA
Práctica No. 2	Diseño e instrucccionamiento para la modificación de conducta	Diseñar estrategias de instrucccionamiento para la modificación de conductas en el paciente dentro de la orientación alimentaria y la educación en salud.

Elemento de Competencia al que pertenece la práctica	III
---	------------

PRÁCTICA	NOMBRE	COMPETENCIA
Práctica No. 3	Diseño de materiales e intervenciones efectivas en materia de orientación alimentaria	Elaborar materiales e intervenciones efectivas en materia de orientación alimentaria que garanticen el aprendizaje significativo en los pacientes, basados en modelos educativos Sólidos.



PRÁCTICAS

NOMBRE DE LA PRÁCTICA	Comunicación efectiva elaboración de diapositivas
COMPETENCIA DE LA PRÁCTICA	Reconocer y seleccionar las estrategias de comunicación efectiva más adecuadas para aplicar en la orientación alimentaria

FUNDAMENTO TEÓRICO
El alumno de la LNH debe ser capaz de comunicarse de manera efectiva para brindar una orientación nutricional y educación en salud adecuadas, que logren el cambio de conducta de sus pacientes respecto a alimentación y nutrición.

MATERIALES, EQUIPAMIENTO Y/O REACTIVOS
• Pantalla en el aula • Computadora • Internet • Diapositivas como material de apoyo

PROCEDIMIENTO O METODOLOGÍA
• El alumno recibirá la clase impartida por el facilitador • El alumno deberá investigar en fuentes bibliográficas confiables sobre la comunicación efectiva en materia de educación en salud • El alumno elaborará diapositivas para exponer frente al grupo

RESULTADOS ESPERADOS
Que el alumno pueda exponer de manera clara Que las diapositivas a utilizar sean claras, comprensibles y creativas Que los compañeros de aula puedan hacer preguntas sobre la exposición

ANÁLISIS DE RESULTADOS
Evaluación escrita a los alumnos que recibieron la exposición

CONCLUSIONES Y REFLEXIONES
Los alumnos de LNH deben poder comunicar de manera efectiva los temas de la orientación nutricional, buscando el aprendizaje en el paciente o pacientes, para que este aprendizaje a su vez logre un cambio de conducta en materia de alimentación y nutrición.

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS
Lluvia de ideas por parte de los alumnos que recibieron la exposición.

EVALUACIÓN Y EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE	
Criterios de evaluación	Diapositivas comprensibles y creativas. Dominio del tema a exponer que sea claro y coherente. Uniforme completo de la LNH. Rubrica impresa.
Rúbricas o listas de cotejo para valorar desempeño	Rubrica de exposición
Formatos de reporte de prácticas	No se entregará ningún reporte de practica

NOMBRE DE LA PRÁCTICA	Diseño e instruccinamiento para la modificación de conducta
COMPETENCIA DE LA PRÁCTICA	Diseñar estrategias de instruccinamiento para la modificación de conductas en el paciente dentro de la orientación alimentaria y la educación en salud.

FUNDAMENTO TEÓRICO
El alumno de la LNH debe ser capaz de instrucción al paciente o etapa de la vida a quien le este dando la orientación alimentaria, tomando en cuenta la edad, sexo, nivel educativo, condiciones de salud o cualquier característica que permita al LNH utilizar las herramientas adecuadas para lograr un mejor instruccinamiento y su vez general el aprendizaje.

MATERIALES, EQUIPAMIENTO Y/O REACTIVOS
• Pantalla en el aula • Computadora • Internet • Diapositivas como material de apoyo

PROCEDIMIENTO O METODOLOGÍA
• El alumno recibirá la clase impartida por el facilitador • El alumno deberá investigar en fuentes bibliográficas confiables sobre la comunicación efectiva en materia de educación en salud • El alumno elaborara diapositivas para exponer frente al grupo

RESULTADOS ESPERADOS
Que el alumno pueda exponer de manera clara Que las diapositivas a utilizar sean claras, comprensibles y creativas Que los compañeros de aula puedan hacer preguntas sobre la exposición

ANÁLISIS DE RESULTADOS
Evaluación escrita a los alumnos que recibieron la exposición

CONCLUSIONES Y REFLEXIONES
Los alumnos de LNH deben ser capaces de orientar en alimentación a cualquier etapa de la vida, pero deben conocer cada una de sus características para que de esta manera puedan instrucción de mejor manera al paciente, el conocer al público al que se dirige permite que el LNH utilice las estrategias adecuadas para lograr el aprendizaje.

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS

Lluvia de ideas por parte de los alumnos que recibieron la exposición.

EVALUACIÓN Y EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE

Criterios de evaluación	Diapositivas comprensibles y creativas. Dominio del tema a exponer que sea claro y coherente. Uniforme completo de la LNH. Rubrica impresa.
Rúbricas o listas de cotejo para valorar desempeño	Rubrica de exposición
Formatos de reporte de prácticas	No se entregará ningún reporte de practica

NOMBRE DE LA PRÁCTICA

Diseño de materiales e intervenciones efectivas en materia de orientación alimentaria

COMPETENCIA DE LA PRÁCTICA

Elaborar materiales e intervenciones efectivas en

materia de orientación alimentaria que garanticen el aprendizaje significativo en los pacientes, basados en modelos educativos Sólidos.

FUNDAMENTO TEÓRICO

El LNH debe diseñar y elaborar materiales y herramientas que se utilicen en las intervenciones alimentarias, el paciente para mejorar su proceso de aprendizaje debe tener materiales didácticos que le permitan compenetrarse de lleno con la orientación alimentaria que recibió.

MATERIALES, EQUIPAMIENTO Y/O REACTIVOS

- Cartulinas
- Rotafolios
- Marcadores
- Tijeras
- Papeles de colores
- Revistas y libros de recortes
- Pegamento
- Lap top
- Impresora
- Foamy de distintos colores

PROCEDIMIENTO O METODOLOGÍA

- El alumno decidirá cuál es la herramienta didáctica más adecuada para la etapa de la de la vida a la que va a orientar.
- El alumno diseñara una herramienta o material didáctico.
- El alumno elaborara de manera manual ese material.
- El material elaborado se utilizará posterior a la orientación alimentaria.

RESULTADOS ESPERADOS

Que el alumno diseñe y elabore material didáctico.
Que el material elaborado sea claro y útil, comprensible y creativo.
Que los compañeros de aula puedan hacer uso del material.

ANÁLISIS DE RESULTADOS

Orientación alimentaria en el aula al grupo.
Que el grupo responda a un cuestionario de evaluación del material utilizado.

CONCLUSIONES Y REFLEXIONES

El LNH cuando diseña y elabora materiales y herramientas didácticas útiles, puede lograr un mejor proceso de aprendizaje. Así como también permite reforzar el conocimiento aprendido durante la orientación alimentaria.

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS

Lluvia de ideas en el aula, para exponer los pros y contras del material didáctico elaborado.

EVALUACIÓN Y EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE

Criterios de evaluación	Creatividad Utilidad del material elaborado
Rúbricas o listas de cotejo para valorar desempeño	Rubrica de trabajo en aula/producto
Formatos de reporte de prácticas	No se entregará ningún reporte de práctica.

FUENTES DE INFORMACIÓN

Instituto de Salud del Estado de México. (2016). Lineamientos operativos de talleres comunitarios de la promoción de la salud del ISEM.

Lisa, E. (2015). La teoría de la cosmovisión y la visión de Platón: reflexiones sobre la importancia de la teoría de la cosmovisión con relación a los misterios del universo y del hombre: un desafío

a los pensadores y al mundo científico. Universidad de California.

Ortiz, M.A. (2019). Escuela Para Pacientes Con Enfermedades Reumáticas; la educación de pacientes con Lupus como estrategia para aumentar su adherencia al tratamiento y calidad de vida. Universidad Autónoma Nacional de México.

Moreno, S.P.E. Gil, R.N.J. (2003) El modelo de creencias de salud: revisión teórica, consideraciones crítica y propuesta alternativa. I: Hacia un análisis funcional de las creencias en salud. International Journal of Psychology and Psychological Therapy.

Dominguez, A., Oliver, E., Cebolla, A., Albertini, S., Ferrini, L., &Martínez, E. D. C. (2015). Plataforma MEAL: Herramienta innovadora para enseñar educación nutricional a maestros y nutricionistas. Revista Tesis Psicológica, 10(2), 68-82.

NORMAS TÉCNICAS APLICABLES

No aplica para la materia



ANEXOS

RUBRICAS:

UNIVERSIDAD ESTATAL DE SONORA								
RÚBRICA								
NOMBRE DEL CURSO:								
CLAVE DEL CURSO:								
FASE(S) EN LA QUE SE UTILIZA LA RÚBRICA:								
EJERCICIO: TRABAJO EN AULA/PRODUCTO								
FASE ESPECÍFICA QUE SE EVALÚA:								
FECHA LÍMITE DE ENTREGA:				FECHA REAL DE ENTREGA:				
NOMBRE DEL ALUMNO:								
ASPECTOS A EVALUAR	Competente sobresaliente (10)		Competente avanzado (9)		Competente intermedio (8)		Competente básico (7)	
Participación	Trabaja con entusiasmo y se centra en la tarea. Es servicial con sus compañeros		Muestra algo de entusiasmo y se centra en la tarea. Es servicial con sus compañeros		Trabaja, pero pierde la concentración o se frustra. No distrae a sus compañeros		Con frecuencia pierde la concentración o se frustra. Distrae a sus compañeros.	
Preparación para el trabajo	Trae el material necesario para trabajar y siempre muestra disposición al trabajo		Casi siempre trae el material necesario para trabajar y muestra disposición al trabajo		Casi siempre trae el material necesario, pero tarda en empezar el trabajo		A menudo olvida el material necesario o no empieza el trabajo a tiempo.	
Contenido/Precisión	El producto contiene el 100% de la información en forma correcta		El producto contiene el 90% de la información en forma correcta		El producto contiene el 80% de la información en forma correcta		El producto contiene el 70% de la información en forma correcta	
SUBTOTAL POR ESCALA DE EVALUACIÓN								
EVALUACIÓN FINAL DEL EJERCICIO							FECHA DE LA EVALUACIÓN	
NOMBRE Y FIRMA DEL EVALUADOR								
OBSERVACIONES								

*En la columna en blanco, colocar una "X" dependiendo de la evaluación obtenida por cada aspecto a evaluar.

UNIVERSIDAD ESTATAL DE SONORA									
RÚBRICA									
NOMBRE DEL CURSO:									
CLAVE DEL CURSO:									
FASE(S) EN LA QUE SE UTILIZA LA RÚBRICA:									
EJERCICIO:		EXPOSICIÓN ORAL							
FASE ESPECÍFICA QUE SE EVALÚA:									
FECHA LÍMITE DE ENTREGA:		FECHA REAL DE ENTREGA:							
NOMBRE DEL ALUMNO:									
ASPECTOS A EVALUAR	Competente sobresaliente (10)		Competente avanzado (9)		Competente intermedio (8)		Competente básico (7)		No aprobado (6)
Presentación	Se presentó con su nombre completo de manera formal y dio a conocer el tema y su objetivo, acorde a su trabajo académico.	*	Se presentó con su nombre completo de manera rápida y dio a conocer el tema de su trabajo académico, sin mencionar el propósito.	*	Se presentó con su nombre completo e inició el desarrollo de su exposición, sin mencionar el tema y objetivos.	*	Se presentó sin mencionar su nombre completo y se refirió a su tema de manera muy general.	*	No hubo presentación. Inició de manera directa con el desarrollo de su exposición.
Preparación	El alumno se mostró muy seguro, sin titubeos, mirando al público. El tema versó sobre el trabajo académico realizado durante la segunda etapa del curso.		Exposición fluida, muy pocos errores. El alumno se mostró muy seguro, aunque titubeó un poco y no siempre miraba al público. El tema versó sobre el trabajo académico realizado durante la segunda etapa del curso.		El alumno se mostró muy seguro, aunque titubeó bastante y no miraba al público. Requiere más interacción hacia el público. El tema versó sobre el trabajo académico realizado durante la segunda etapa del curso.		El alumno se mostró algo nervioso, titubeó bastante y no miraba al público. Hace algunas rectificaciones y de vez en cuando se muestra con dudas. El tema versó sobre el trabajo académico realizado durante la segunda etapa del curso.		El alumno se mostró muy nervioso, le temblaban las manos o el cuerpo, miraba al piso o al techo; perdió la secuencia del tema, sin dominio ni cierre. El tema no coincide con el trabajo académico realizado durante la segunda etapa del curso.

UNIVERSIDAD ESTATAL DE SONORA								
RÚBRICA								
Interés	Atrae la atención de la audiencia y mantiene el interés durante toda la exposición.		Atrae la atención de la audiencia, aunque en algún momento hubo distracción y/o desinterés del público.		Interesa bastante en principio pero es algo monótona		Le cuesta conseguir o mantener el interés de la audiencia	Sin interés, monótono, con audiencia más interesada en otros asuntos.
Recursos didácticos	La exposición se acompaña con los soportes audiovisuales en diversos formatos especialmente atractivos y de mucha calidad		Soporte visual adecuado interesante y en su justa medida		Soporte visual adecuado.		Soporte visual no adecuado	Sin soporte visual.
SUBTOTAL POR ESCALA DE EVALUACIÓN								
EVALUACIÓN FINAL DEL EJERCICIO						FECHA DE LA EVALUACIÓN		
NOMBRE Y FIRMA DEL EVALUADOR								
OBSERVACIONES								

